



FRILUFTS
FRÄMJADET

NORRVIKEN

KAJAKTURER 2016



Visst kan man ha trevligt tillsammans utan att slå runt!

Många som inte provat på att paddla kajak är ofta oroliga för att slå runt. Vi som provat det vet att det är just i kajaken man har trevligt utan att slå runt. Vi hjälper dig gärna över den första osäkerheten så att du också får chansen att uppleva frihetskänslan när man glider över ett spegelblankt vatten bland kobbar och skär.



Turernas nivå/svårighetsgrad



"Inga förkunskaper". Mycket lätt paddling med ringa eller ingen tidigare paddlerfarenhet. Simkunnig.



"Lätt". Någon erfarenhet av paddling, t ex "Prova-på", medel paddling, Har paddelvana .



"Medel". Klarar paddling i skyddade vatten. Dagsetapper upp till 20 km/dag.



"Krävande". God kajak- & friluftsvana. Klarar av oskyddat vatten. Kräver kunskap i kamraträddning samt klarar av att paddla i hög sjö.



"Mycket krävande" paddling. God kajak- & friluftsvana. Klarar av oskyddat vatten i mycket varierande förhållande. Kräver goda kunskaper i räddningsteknik.

Mer information finns på hemsidan www.norrviken.net

Till dig som inte paddlat med oss tidigare

Vi hoppas att du som inte vågat ta steget ut ska inspireras att göra det av denna lilla folder. Men vi vet också att det kan finnas en del tankar som hindrar dig från att komma iväg.

Resorna

Du behöver inte alltid ha egen bil för att vara med, vid anmälan anger varje deltagare om denne har bil & kan ta med någon i denna. Ca 14 dagar före turen får du information med bla kontaktuppgifter på medpaddlarna så ett telefonsamtal brukar lösa transportfrågan.

Men kajak då?

Vi har ett antal hyrkajaker, du anger att Du vill hyra kajak. Kajak, paddel flytväst m.m. finns vid turens startplats när Du kommer dit.

Men mina kunskaper då

Som du ser har vi turer med olika svårighetsgrader prova gärna någon lite lägre första gången.

Men jag känner ingen

Att vara ute och paddla tillsammans är ett riktigt bra trick för att knyta nya kontakter med en massa trevliga människor.

Men om det blir dåligt väder

En av ledarnas viktigaste uppgifter är att skapa en så trivsamtur som möjligt. Därför anpassar vi oss efter väderförhållanden så gott det går. När vi åter åker det upp ett regnskydd när det behövs.



Alfågeltur

Datum: 23 april

En tidig vårtur där vi förhoppningsvis kommer att paddla med flockar av alfågel omkring oss. Alfågeln läte över fjärdarna är en upplevelse som sätter sig i minnet. Det är inte många plus grader i vattnet så här års, "nästan kallt" därför är det bra om du är en van paddlare. Rätt kläder i kajaken och på land gör hela dagen skönare. Vi kommer att ha med tubkikare.

Ledare: Anita Karlén, Ulf Persson, Kjell M m.fl.

Avgift: 250:- för medlemmar, övriga 350:-.

Anmälan: Senast 13 april via vår hemsida.

Kajaker kan hyras, kostnad 350:-



Med kajak och tält till utskärgården

Datum: 5 -8 maj

4 dagar en tidig helg i maj, där vi antagligen ser sjöfågel som sträcker norrut, småfågeln sjunger för sitt revir och det har börja bli grönt i träden. Vattnet är fortfarande "kallt", bara några grader varmare sedan islossningen. Det innebär att du är säker i din kajak och har varit ute i liknande förhållanden tidigare samt är rätt klädd för paddling denna årstid.

Ull eller syntet längst in sedan vattentät längst ut, gärna med ordentlig förslutning i ärmarna så du inte får in vatten den vägen. Vi bor i tält så det är bra med en riktigt varm och skön sovsäck. Om möjligheten ges tar vi en sväng ut till dom yttre öarna i Stockholms skärgård..

Ledare: Ewa Nilsson, Anders Wibrink m.fl.

Avgift: 550:- medlemmar, 700:- för övriga.

Anmälan: Senast 25 april via vår hemsida.

Kajaker: Kajaker kan hyras, kostnad 900:-



Vandrarhemstur i vårstilla skärgård

Datum: 14 - 15 maj

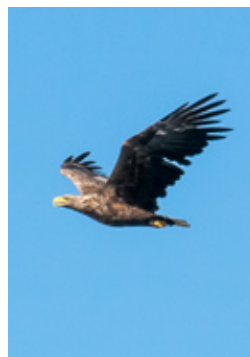
Vill du njuta av skärgården medan det fortfarande är lugnt och stilla? Vill du även paddla och vara säker på att du får det torrt och varmt på kvällen? Du kanske också vill äta en god middag? Då är nog denna tur något för dig. Vi bor på vandrarhem och lagar en gemensam middag. Vi kommer inte att paddla längre än 20 km per dag, men p.g.a. kallt vatten, är turen graderad till Krävande.

Ledare: Anja Noack m.fl.

Avgift: 650:- för medlemmar, 800:- för övriga.

Anmälan: Senast 4 maj via vår hemsida.

Kajaker: Kajaker kan hyras, kostnad 600:-





Ängsö blommor och foto

Datum: 21 - 22 maj

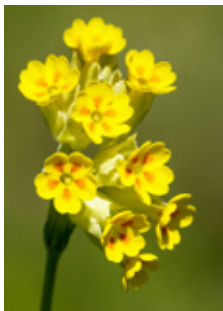
Vi paddlar till Ängsö, skärgårdens enda nationalpark. Detta är en tradition som pågått i över tio år! Ängsö är en nationalpark av ovanligt slag och visar ett välbevarat och sällsynt genuint odlingslandskap från 1800-talet. Vi får njuta av all den blomsterprakt som Roslagens skärgård är känd för att bjuda på. En fin vårtur för dig som paddlat någon gång tidigare, med en tält natt. Lite fototips för intresserade.

Ledare: Anita Karlén, Greger Lindkvist m.fl.

Avgift: 350:- för medlemmar, 500:- för övriga.

Anmälan: Senast 11 maj via vår hemsida.

Kajaker: Kajaker kan hyras, kostnad 600:-



Birka

Datum: 29 maj

Vi paddlar en dagstur i den historiska Mälaren och besöker vikingastaden Birka. Birka är Sveriges första stad! En guide tar oss med på vandring och berättar hur hedningar och kristna levde sida vid sida fram till slutet av 900-talet då Björkö övergavs. Guide ingår i avgiften.

Ledare: Lars Sundström, Mikael Stralström m.fl.

Avgift: 250:- för medlemmar, 350:- för övriga.

Anmälan: Senast 19 maj via vår hemsida.

Kajaker: Kajaker kan hyras, kostnad 350:-



Ängsö över dagen

Datum: 28 maj

Vi paddlar till Ängsö, skärgårdens enda nationalpark. Detta är en tradition som pågått i över tio år! Ängsö är en nationalpark av ovanligt slag och visar ett välbevarat och sällsynt genuint odlingslandskap från 1800-talet. Vi får njuta av all den blomsterprakt som Roslagens skärgård är känd för att bjuda på. En fin vårtur för dig som paddlat någon gång tidigare.

Ledare: Lars Sundström, Peter Bogren m.fl.

Avgift: 250:- för medlemmar, 350:- för övriga.

Anmälan: Senast 18 maj via vår hemsida.

Kajaker: Kajaker kan hyras, kostnad 350:-



Tur med teknik o bad i norra skärgården

Datum: 4-6 juni

Denna tur med tekniks lag är tänkt för dig som vill öva på mer än att paddla rakt fram. Vi övar styrtag, kamraträddningar och får förhoppningsvis öva i lite vågor, 2 nätter i tält.

Ledare: Johanna Doshé, Anders Frisell, m.fl.

Avgift: 850:- för medlemmar, 1000:- för övriga.

Anmälan: Senast 25 maj via vår hemsida.

Kajaker: Kajaker kan hyras, kostnad 750:-



Utskärstur i försommartid

Datum: 4 - 6 juni



Nu är det härligt, nu är det fint, nu blommar det som allra mest och löven lyser i sin nya grönska. Under tre dagar i den försommar vackra skärgården hinner vi ta en sväng utåt om väder och vind är med oss. Det kan fortfarande vara kallt i vattnet så det är bra att du har god paddelvana och känner dig säker i din kajak. Vi hinner njuta, lyssna och känna att "nu är sommaren snart här..."

Ledare: Ewa Nilsson, Rolf Åkerblom m.fl.

Avgift: 450:- för medlemmar, 600:- för övriga.

Anmälan: Senast 25 maj via vår hemsida.

Kajaker: Kajaker kan hyras, kostnad 750:-



Paddla & pensla

Datum: 10-12 juni



En kreativ skärgårdstur där vi passar på att njuta dubbelt upp! Vi paddlar en dag i lugnt behagligt tempo genom vackra omgivningar och landar sedan vid vårt mål som är Bullerö med Bruno Liljefors ateljé och vandrarhemmet vi övernattar i, där vi lagar gemensam middag. Under kvällen och dagen därpå får vi hjälp av en akvarell-instruktör att utveckla vår "konstnärliga ådra" genom tips, idéer och feedback på våra verk. Förhoppningsvis kan vi sitta ute och teckna/måla på denna vackra ö.

Vi bor på Bulleröns gästhem båda nätterna, det är vandrarhemsstandard. Middagarna lagar vi gemensamt. Du tar med dig egen frukost och lunch till samtliga dagar.

Ledare: Ewa Nilsson, Annie Ohm m.fl.

Avgift: 950:- för medlemmar, 1250:- för övriga.

Anmälan: Senast 31 maj via vår hemsida.

Kajaker: Kajaker kan hyras, kostnad 750:-

Paddelprovarkväll

Datum: 13 juni



På önskemål från våra deltagare ordnar vi paddelprovning. Vi lånar ut våra olika paddlar av olika typer/material och du kan testa ett antal. En paddel som du trivs med, kan göra paddlingen ännu trevligare.

Ledare: Anja Noack, Greger Lindkvist m.fl.

Avgift: 100:- för medlemmar, övriga 150:-.

Anmälan: Senast 9 juni via vår hemsida.

Kajaker: Kajaker kan hyras, kostnad 150:-



Stockholmsnatt #1

Datum: 16 juni



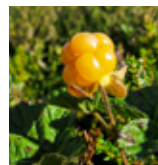
Vi upptäcker ett nytt perspektiv på Stockholms fantastiska vyer en torsdags-sommarkväll, som nästan bara blir skymning. På turen kan du stöta på många intressanta ting. För några år sedan såg vi bäver, och vi kommer att passera under många broar i vår vackra huvudstad. Anmäl dig i tid, turen brukar bli fulltecknad.

Ledare: Rolf Åkerblom m.fl.

Avgift: 250:- för medlemmar, 350:- för övriga.

Anmälan: Senast 12 juni via vår hemsida.

Kajaker: Kajaker kan hyras, kostnad 250:-





Stockholmsnatt #2

Datum: 17 juni

Vi upptäcker ett nytt perspektiv på Stockholms fantastiska vyer en fredagssommarkväll, som nästan bara blir skymning. På turen kan du stöta på många intressanta ting. För några år sedan såg vi bäver, och vi kommer att passera under många broar i vår vackra huvudstad. Anmäl dig i tid, turen brukar bli fulltecknad.

Ledare: Lars Sundström, Greger Lindkvist m.fl.

Avgift: 250:- för medlemmar, 350:- för övriga.

Anmälan: Senast 13 juni via vår hemsida.

Kajaker: Kajaker kan hyras, kostnad 250:-



Ålands nordöstra hällar

Datum: 1- 8 juli

Vi njuter av den lugna Åländska skärgården. Sällan ser vi båtar, desto oftare intressanta fåglar och kanske med "stor tur" hittar vi sälarna. Några dagar bor vi på öar med stora platta och vackert rödaktiga rapakivi-hällar, Vi utgår ifrån Vårdö sedan styr väder & vind vår färd. Det kommer finnas möjlighet att fylla på vatten & mat en gång under turen. Vissa dagar kommer vi att göra någon längre överfarter på större fjärdar, det är bra om du känner dig trygg och har gjort liknande överfarter tidigare. Några dagar kan det bli en längre sträcka, över 3 mil... då sitter vi längre tid i kajaken... Ålands skärgård är till för att njutas av...

Ledare: Rolf Åkerblom m.fl.

Avgift: 1600:- för medlemmar, 1900:- för övriga.

Anmälan: Senast 11 juni via vår hemsida.

Kajaker: Kajaker kan hyras, kostnad 1500:-



Edsvikspaddling

Datum: 21 juni

En kvällspaddling med mindre snack och mer paddlande än prova-på-kvällarna. Vi paddlar lite raskare och kommer åtminstone ner till Kaninholmen.

Ledare: Greger Lindkvist, Anja Noack m.fl.

Avgift: 100:- för medlemmar, 150:- för övriga.

Anmälan: Senast 17 juni via vår hemsida.

Kajaker: Kajaker kan hyras, kostnad 150:-





Högsommar i lugna vatten

Datum: 2 - 3 juli

Högsommartur i maklig takt i skyddade vatten. Sträckorna att paddla är inte långa utan fokus är social samvaro samtidigt som omgivningarna utforskas. En tältövernattning.

Ledare: Anna Nordström m.fl.

Avgift: 350:- för medlemmar, 500:- för övriga.

Anmälan: Senast 22 juni via vår hemsida.

Kajaker: Kajaker kan hyras, kostnad 600:-



Kvällstur med teknik och räddningsövningar

Datum: 12 juli

En kvällstur på Edsviken med teknikutbildning och badövningar. För dig som vill öva på att hantera kajaken mer än framåt och räkna med bad! Vi övar på kamraträddningar m.m.

Ledare: Johanna Doshé, Anders Frisell m.fl.

Avgift: 150:- för medlemmar, övriga 250:-.

Anmälan: Senast 8 juli via vår hemsida.

Kajaker: Kajaker kan hyras, kostnad 150:-

Ålandslugn i nordost

Datum: 17 - 24 juli



Il Ålands nästan folktomma nordöstra skärgård kan vi finna sommarlugnet, tordmular, rödaktiga rapakivi-klippor, släta låga hållar, lite högre öar och kanske t.o.m. sälar. Svårighetsgrad Medel, men det blir inte bara skyddade vatten så vana av bl.a paddling i en del sjögång krävs. Utkörning av vatten & inlämnad mat kommer att ordnas, så kajakerna inte blir allt för tunga. Färjebiljetter ingår.

Ledare: Greger Lindkvist, Anja Nock, Jesper Bennhult m.fl.

Avgift: 1600:- för medlemmar, 1900:- för övriga.

Anmälan: Senast 27 juni via vår hemsida.

Kajaker: Kajaker kan hyras, kostnad 1500:-



Nybörjartur med förträff

Datum: 13 - 14 augusti



En nybörjartur speciellt utformad för dig som vill känna på kajakpaddling i skärgården, men inte är särskilt van. Vi paddlar i mellanskärgården som ger oss möjlighet att både "snirkla" i smala sund och prova på paddling i öppet hav om vädret tillåter. Vi övernattar på någon trevlig lägerplats. En förträff och prova-på-paddling har vi innan turen, kvällen den 8/8.

Ledare: Lars Sundström, Stina Marin m.fl.

Avgift: 300:- för medlemmar, övriga 450:-.

Anmälan: Senast 3 augusti via vår hemsida.

Kajaker: Kajaker kan hyras, kostnad 450:-





Navigering & Geocache

Datum: 19 - 21 augusti



På denna tur tänkte vi ägna oss åt lite navigeringsövningar med karta, kompass och GPS! Vi börjar turen på fredagskvällen, så vi kommer även att pröva på detta i mörker. Några geocachar räknar vi också med att plocka längs vägen

Ledare: Ivar Andersson m.fl.

Avgift: 400:- för medlemmar, 550:- för övriga.

Anmälan: Senast 9 augusti via vår hemsida.

Kajaker: Kajaker kan hyras, kostnad 700:-



Edsvikskväll

Datum: 23 augusti



En kväll för dig som prova-på paddlat och nu vill ta steget längre söderut nedför Edsviken. En lugn paddling med en bensträckare i Ulriksdals slottsträdgård. Återvänder gör vi i mörker en ljummen sensommar kväll. Med pannlampor och extra allt.

Ledare: Lars Sundström m.fl.

Avgift: 200:- för medlemmar, övriga 300:-.

Anmälan: Senast 21 aug. via vår hemsida.

Kajaker: Kajaker kan hyras, kostnad 150:-

Kräfttur i norra skärgården

Datum: 20 - 21 augusti



Vi startar i Rävsnäs och låter turen ta oss via smala passage och öppnare vatten mot en ö som passar utmärkt att avnjuta "havets läckerheter" i augusti...kräftor, räkor eller något annat som smakar gott för dig. Tar du med kräfthatten, kräftservetten och lusten att sjunga sånger som passar för tillfället. Då njuter vi alla ännu mera! Marschallernas ljus leder oss hem till tältet den sista biten i den mörknande augustinatten.

Ledare: Rolf Åkerblom m.fl.

Avgift: 300:- för medlemmar, 500:- för övriga.

Anmälan: Senast 10 augusti via vår hemsida.

Kajaker: Kajaker kan hyras, kostnad 600:-



Vatten & paddling

Datum: 26- 28 augusti



Huvudskär är en ögrupp med ca 200 öar och ligger sydost om Ornö. Istiden har format miljön och man här möts man av blankslipade hållar i olika färger och mönster. Här finns även en mycket välbevarad bebyggelse från 1800-talet. År vädret bra tar vi oss ut i de yttre delarna och hoppar i land på Huvudskär. Vi kommer starta vid Kyrkviken ute på Ornö på fredag morgon. Kostnaden för Ornöfärjan ingår i avgiften.

Ledare: Ivar Andersson m.fl.

Avgift: 450:- för medlemmar, 600:- för övriga.

Anmälan: Senast 16 aug. via vår hemsida.

Kajaker: Kajaker kan hyras, kostnad 750:-



Lite längre, lite snabbare

Datum: 3 - 4 september



Under den här helgen lägger vi mer tid på paddling och tar oss på så sätt lite längre än vanlig Norrviken-standard. Väder och vind får avgöra hur långt vi kommer, men räkna med dagsetapper på minst 30 km och lite längre dag i kajaken.

Ledare: Karin Lindfors m.fl.

Avgift: 350:- för medlemmar, 500:- för övriga.

Anmälan: Senast 24 augusti. via vår hemsida.

Kajaker: Kajaker kan hyras, kostnad 600:-



När sommaren möter hösten

Datum: 10 - 11 september



Det är höst i stan men i skärgården är det sensommar... varmt i vattnet, ljumma kvällar och vi njuter av stunden. Havet har vi nästan för oss själva, båtarna ligger oftast i sin hemmahamn. Det är lugnt och stilla, mörkret sänker sig tidigt och allt slår sig till ro... Vi sover gott i våra tält.

Ledare: Ewa Nilsson m.fl.

Avgift: 350:- för medlemmar, övriga 500:-.

Anmälan: Senast 31 aug. via vår hemsida.

Kajaker: Kajaker kan hyras, kostnad 600:-



Vandrarhemstur med kalasmiddag

Datum: 17 - 18 september



Under hösten kan skärgården vara fantastisk; stilla, lite öde och vackert väder. Vill du njuta av paddling och naturen, och samtidigt bo lite bekvämt på vandrarhem? Vi lagar även en gemensam middag som nästan står sig i klass med Operakällaren... Välkommen till denna tur!

Ledare: Anja Noack m.fl.

Avgift: 650:- för medlemmar, övriga 800:-.

Anmälan: Senast 7 sept. via vår hemsida.

Kajaker: Kajaker kan hyras, kostnad 600:-

Tält & Bastu

Datum: 24 - 25 september



När höstlugnet kommer passar vi på att ta en tur ut till en ö med en härligt värmande bastu. Vad kan vara mer lockande än att innan vi kryper in i tälten för natten ta en värmande bastu och kanske ett svalkande dopp.

Ledare: Ivar Andersson m.fl.

Avgift: 350:- för medlemmar, övriga 500:-.

Anmälan: Senast 14 sept. via vår hemsida.

Kajaker: Kajaker kan hyras, kostnad 600:-



Adventstur i vinterljus

Datum: 26 - 27 november



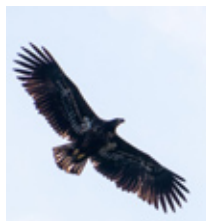
Adventstur som förhoppningsvis tar oss genom en krispig vit skärgård, det är lugnt och stilla vintern närmar sig. Är vädret rätt får vi det helt fantastiskt underbar dag... eller så paddlar vi raka vägen till vår ö. Du skall vara en van paddlare och känna dig säker i kalla vatten. Likaså är det viktigt att du är rätt klädd för paddling denna årstid. Ull eller syntet längst in sedan vattentät längst ut, gärna med ordentlig förslutning i ärmarna så du inte får in vatten den vägen. Väl framme blir det "glöggfika..." en värmande bastu och ett svalt bad för den som vågar och vill. Därefter tillagas "en fantastisk middag", som smakar utsökt efter dagens tur.

Ledare: Ewa Nilsson m.fl.

Avgift: 650:- för medlemmar, övriga 800:-.

Anmälan: Senast 16 nov. via vår hemsida.

Kajaker: Kajaker kan hyras, kostnad 600:-



Njuta och kuta

Datum: 1 - 2 oktober



Turen som har allt! Paddling, löpning, sköna sängar, god mat och förhoppningsvis bastu och bad. Största delen av dagen ägnas till paddling i skärgården, men vi tar oss även tid till en löptur på ön innan gemensam middag och umgänge på vandrarhemmet.

Ledare: Karin Lindfors m.fl.

Avgift: 650:- för medlemmar, övriga 800:-.

Anmälan: Senast 21 sept. via vår hemsida.

Kajaker: Kajaker kan hyras, kostnad 600:-



Norrvikens turer: billigast & bäst?

Nja, jämfört med andra lokalavdelningar i friluftsrådet brukar vi inte vara billigast.

På våra turer strävar vi dock alltid efter att:

- * Vara fler än bara två ledare
- * Alltid erbjuda uthyrning av fina glasfiberhyrkajaker med över 10 olika modeller att välja på, inkl. fräscha kapell & flytvästar, där utkörning till & från startplatsen ingår!
- * Utvärderingsenkät efter turer för att vi & våra turer ska kunna utvecklas och bli än bättre
- * Trevliga turer där alla känner sig välkomna
- * Presenningar sätts upp vid matintag om vädret inte är så bra
- * Försöker ordna att trevliga bilder läggs upp från turerna
- * Ta hand om våra ledare genom bl.a. målsättningen är att det inte ska kosta för ledarna att jobba helt ideellt, föreningen står för ledarutbildning, utbildningar som bl.a. återkommande första-hjälpen-kurser m.m.

Turanmälan

Se vår hemsida www.norrviken.net. Eftersom allt i vår lokalavdelning görs ideellt utan avlönad personal, försöker vi hålla administration måttlig genom att använda vårt lite speciella anmälningssystem. Hoppas ni står ut med det och att instruktionerna går följa.

Anmälningssystemets skötare är tillbaka efter tjänstgöring utomlands till april, och vi siktar på att släppa på anmälningarna runt den 3/4.

Följ och stöd oss!

Följ oss på facebook genom att gilla vår "Friluftsrådet Norrviken"-sida. Genom att bli medlem i friluftsrådet och vår lokalavdelning får du våra medlemsutskick och stöder oss, men glöm inte att anga lokalavdelning Norrviken!

Se: www.friluftsradet.se/medlem

Byta lokalavdelning

Kontakta friluftsrådet kansli på medlem@friluftsradet.se eller ring 08-447 44 50, öppettider mån-fre 9:00-11:30.



Kajakledare från vänster: Billy, Lars, Karin, Ivar (med dottern), Stina, Annie, Rolf (på knä), Jesper, Mikael, Anders W, Ewa, Anja, Peter, Kjell, Ulf B, Anita, Thomas, Greger, Anna, Anders F, Johanna. Ej med: Ulf P.

Hoppas vi ses på turerna!

Prova på-paddlingar för ovana under 2016

Onsdagskvällar 11:e maj – 7:e september, med uppehåll under juli.

För dig som vill känna på kajakens tjusning under lugna former, med erfarna ledare omkring dig. Vi har ett antal kajaker för uthyrning, vilket gör att du kan provpaddla olika modeller. Ett utmärkt tillfälle för dig som vill prova på kajak på ett enkelt sätt en kväll. Anmälan: Via hemsidan senast kl. 18:00 kvällen innan. Avgift: Kajakhyra & deltagavgift 200:-/kväll för medlemmar, 250:- för icke-medlemmar (50:-/100:- för medlemmar/icke-medl. med egen kajak).



Mer info & anmälan på www.norrviken.net

Låt äventyret börja.